|  |
| --- |
| BOLETÍN DE INNOVACIÓN ESCOLAR |

Arcola Elementary School •Roscoe R. Nix Elementary School 

#  **Fechas importantes**

## Primer dia de escuela

**Lunes 8 de julio de 2019**

|  |
| --- |
|  |
| https://lh3.googleusercontent.com/-zT7d-5-aPrbX1-yUV6J2en0nSdGHiA5lY27QNpmvNU6weDdfb3ZDmvGXaINnq21t9P6i3BOUr6klrpeVDN4a0Yc4gjJmQ1PcvRfbC0u3ITEOFhkSSRMWh2HRiXYO8c_ZCPfnfgLbHE* Pensamiento crítico
* Comunicación
* Colaboración
* Creatividad
 |

|  |
| --- |
| **¿Qué es la Atención Plena?**• La atención plena es **prestar atención** a lo que está sucediendo en el **momento presente**. -Mindful Schools• La atención plena es la **autoregulación** de la atención con una actitud de curiosidad, franqueza y aceptación.  -J. Kabat-Zinn, M.D. |

Marzo /Abril 2019

Volumen 1, Número 1
Volumen 1, Número 1

Año Escolar Extendido

|  |
| --- |
|  |
| Estimadas familias de Arcola y Roscoe Nix,Nuestro año escolar comenzará el **8 de julio de 2019** para todos los estudiantes. Estamos muy contentos de proporcionar acceso a 30 días adicionales de aprendizaje a TODOS nuestros estudiantes. Nuestros estudiantes participarán en una programación innovadora en las siguientes áreas:* **Aprendizaje socio-emocional**
* **Atención plena**
* **Aprendizaje en base a proyecto**

Image result for mindfulness and studentsEsperamos proporcionar experiencias de aprendizajes profundos y enriquecedores que ayudarán a todos nuestros estudiantes a prosperar en el año escolar 2019-2020. |
|  |

## **Programación Innovadora**

|  |
| --- |
| **Aprendizaje Socio-Emocional y Atención Plena**El aprendizaje socio-emocional (SEL) proporciona a los estudiantes las estrategias y habilidades que necesitan para desarrollar confianza en sí mismos, autodisciplina, empatía, buenas habilidades de comunicación y habilidades sólidas para resolver problemas. La atención plena es una práctica bajo el paraguas del aprendizaje socio-emocional que ayuda a desarrollar la autoconciencia, la autogestión y la toma responsable de decisiones tanto en niños como en adultos.Las prácticas de atención plena proporcionan estrategias para ayudar a los estudiantes a tener una mayor conciencia de sí mismos, lo que a su vez impacta la capacidad de un estudiante para reconocer cómo sus pensamientos y emociones influyen en sus acciones y comportamientos. La atención plena les da a los estudiantes la capacidad de responder, en lugar de reaccionar impulsivamente, a un evento o circunstancia en sus vidas. Por ejemplo, un estudiante que esta consciente o atento de cuando se siente triste utilice una estrategia saludable (como respirar profundamente, hablar con un amigo o dibujar) para controlar sus emociones de manera positiva y tomar una decisión responsable. Cuando los estudiantes aprenden a tomar decisiones responsables una y otra vez, desarrollan una mayor autoestima y autocontrol. La atención plena también ayuda a los estudiantes a enfocarse más en el aprendizaje, a resolver problemas, a perseverar en las dificultades y a ser más resistentes con el tiempo. La incorporación de las prácticas de Aprendizaje Social Emocional y Atención plena en nuestra programación escolar innovadora ayudará a proporcionar a todos nuestros estudiantes las habilidades que necesitarán para tener éxito no solo en el aprendizaje, sino también en la vida.  |

Arcola Elementary School •1820 Franwall Avenue, Silver Spring, MD • (301) 287-8585 • Principal: Mr. Emmanuel Jean-Philippe

Roscoe R. Nix Elementary School • 1100 Corliss St, Silver Spring, MD • (301) 422-5070 • Principal: Ms. Annette Ffolkes

Año Escolar Extendido